

“食”は大切です！

校長 松尾 裕文

中間テストも終わり、1学期も折り返しとなります。テスト当日の下校時、子どもたちに「テストはどうだった？」と声をかけると、「結構できた！」や「ヤバい…」など、反応も様々でした。大切なのは点数に一喜一憂することだけではありません。「何ができて、どこでつまづいたのか」を丁寧に振り返り、自分自身の現状を正しく把握して、必ず復習してリカバリーしておきましょう。

さて、6月は国が定める「食育月間」です。国が定める『食育基本法』の前文には、食育について次のように示されています。

- ・生きる上での基本であり、知育・徳育及び体育の基礎となるべきもの
- ・様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること

近年、私たちを取り巻く“食”の環境は大きく変化しています。生活習慣病の増加、子どもの朝食欠食、孤食、伝統的食文化の衰退など、“食”をめぐる課題も多様化しています。だからこそ、子どもたちが心身ともに健康で、生涯にわたっていきいきと暮らすための土台となる「食育」が、今の時代においてますます重要なテーマとなっています。

思春期を迎えた子どもたちは、部活動や習い事など活動の幅も広がり、食事の時間帯やリズムがどうしても乱れがちになります。しかし、中学生は「食べたもので身体が作られ、心も大きく成長する」極めて重要な時期です。この大切な時期を健やかに乗り越えるために、日頃から次の4つのポイントを意識してみましょう。

- ① 「朝食」は欠かさず、1日3回規則正しく食事をとる
- ② 食べ過ぎや偏食（好き嫌い）をしない習慣をつける
- ③ ファストフードや外食だけに偏らないよう気をつける
- ④ 食べ物や生産者への感謝、家族や仲間と食卓を囲む楽しさを育む

これから蒸し暑い日が多くなり、体調を崩しやすい季節を迎えます。まずは基本の「早寝・早起き・朝ごはん」に加えて、上記のポイントを少し意識するだけで、毎日の元気がぐっと変わると思います。心も身体もエネルギーをたっぷり蓄え、みんなで元気に6月を過ごしていきましょう！



～正しい服装って何だろう～

5月25日(月)の5限に体育館で生徒集会を行いました。各専門委員会から本年度の取り組みについての発表がありました。全校生徒が発表者の話をしっかりと聞くことができていたと思います。その中で生徒指導担当から「服装」についての話をしました。その一部を紹介します。

【TPOを考えた服装を意識しよう】

本校の生徒心得には服装についての決まりがあります。多くの生徒は、そのルールをしっかり守ることができています。しかし、「着こなし」という視点ではどうでしょうか。例えば、ウィンドブレーカーは寒い時期に着用するものです。暑い日に着ていると、見た目だけでなく体調管理の面でも心配になります。服装には「時・場所・場合」に合ったものがあります。学校生活の中でもTPOを意識した服装を心がけ、自分自身の服装を今一度見直してみましょう。

Time (時)
Place (場所)
Occasion (場合)

日	曜	校時	時間割	6 月 行 事 予 定	給食	部活
1	月	45分	☆	4限目まで(朝読なし・掃除なし) 月1火5木6	○	×
2	火		月	50分授業×5限(5限補:金5) 下校時あいさつ運動	○	×
3	水		水		○	○
4	木	45分	B木	専門委員会/生徒議会(前期2回目)	○	×
5	金	45分	A金	2年生向野FW(給食後13:10頃~)	○	○
6	土					
7	日					
8	月		月	5限目まで 5限:総合	○	×
9	火		火	検尿2次予備日	○	○
10	水		B金	3年生5限集会後下校	○	○
11	木		A木	修学旅行	○ 12	○
12	金		水	修学旅行	○ 12	○
13	土			修学旅行		
14	日					
15	月		火	3年生修学旅行代休	○ 12	○
16	火		月	5限目まで 5限:総合	○	×
17	水		水	学校公開期間(19日までの3日間) (放)生徒集会リハ	○	×
18	木	45分	B木	6限:2年生のみ校内研50分授業	○	×
19	金		A金	6限:生徒集会	○	×
20	土			地域協ソフトバレーボール大会		
21	日					
22	月	45分	水	5限目まで 水2~6	○	×
23	火		火		○	×
24	水		-	期末テスト(1年:英・国・音) (2年:国・英・体) (3年:国・英・技家)	×	×
25	木		-	期末テスト(1年:理・技家・体) (2年:理・音・技家) (3年:理・体・音)	×	×
26	金		-	期末テスト(教・社) テスト後、クラブ代表生徒AED講習会(音楽室)	×	○ 15時
27	土					
28	日					
29	月		月	5限目まで 5限:総合 下校時あいさつ運動	○	×
30	火		火		○	○

高鷲南中学校ホームページ

羽曳野市立高鷲南中学校

右のQRコードからアクセスしてください。学校だより・保健だより・進路だよりもWEBでご覧いただけます。



https://www.city.habikino.lg.jp/gakko/jhs/takawashi_minami_c/index.html

★7、8の主な行事★

7月10日(金)~15日(水) 期末懇談会
7月17日(金) 終業式 制服登校
8月27日(木) 始業式
8月28日(金)・31日(月) 実力テスト

◇各学年の取り組みについて◇

【1年生】

1年生は、5/29(金)に信太山青少年野外センターへ校外学習に行きました。GWが過ぎて、クラスに少しずつ慣れ、新しく出会った友だち、小学校では話したことがない友だちと、新たな関わりがありました。今日はクラスの絆を深めるべく、クラスでの火起こし、飯盒班でのカレー作りに挑戦しました。役割分担の大切さを知り、仲間との関わりが更に深められた日になったと信じています。

班長や代議員、担当の子の呼びかけに응じて、みんなで協力して行動できたかが勝負! 午後のクラスレクでは、お互いのことをより知ることができたと思います。後日、振り返りを行い、活動の成果をまた伝えたいと思います。今回の経験を、今後の生活にもつなげていきたいと思っています。

【2年生】

2年生は、各クラスで「班長会議」を行いました。現状の把握とより良い方向へ向けた具体的な話し合いが行われ、新しい座席と新班体制がスタートしました。また6/5(金)のフィールドワークに向けて事前学習が始まっています。私たちが暮らす羽曳野についての学びを深め、地域への感謝や誇りにつなげていきましょう。

【3年生】

3年生は、修学旅行に向けて各委員会での取り組みが始まっています。廊下の学年掲示板にも行程のポイントや現地情報が貼りだされるなど、生徒たちも修学旅行が近づいてきたなど実感していると思います。今年も兵庫県鶉野飛行場跡での平和学習のあと岡山で一泊し、2日目からは四国へ渡り、吉野川でのラフティング、こんぴらさんでのうどん作り体験や散策、大塚国際美術館の見学を予定しています。学校を離れた場所での活動や仲間との交流を通して、互いを認め合い、個人としても学年集団としても、一回りも二回りも大きく成長してくれることを楽しみにしています。